

# Buns = Hamburger-Brötchen

- Samstag, Februar 27, 2010

<https://ketex.de/blog/buns-hamburger-brotchen/>

*Seitdem ich stolzer Besitzer eines Kugelgrills bin, mussten zwangsläufig auch Hamburger-Brötchen her. Was man so im Netz fand, war alles nicht so nach meinem Sinn. Auch im "Grillforum" fand ich kein ansprechendes Rezept. Also hab ich mich hingesetzt und folgendes Rezept entwickelt. Selbstverständlich kann man für die Buns auch Weizenmehl anstelle des Dinkelmehls verwenden.*

## 1. Vorteig

- 75 g [Dinkelvollkornmehl](#)
- 90 g [Dinkelmehl 630](#)
- 165 g Wasser
- 1,7 g Frischhefe

Alles gut verrühren. 2 Std. anspringen lassen und dann für mindestens 10 Std. in den Kühlschrank.

## 2. Hauptteig

- Vorteig
- 335 g [Dinkelmehl 630](#)
- 170 g Milch (3,5 % Fett)
- 20 g Butter
- 10 g Salz
- 5 g (= 1 TL) [flüssiges Backmalz](#)
- 5 g Frischhefe

Zubereitung

Zubereitung

## 3. Zubereitung

Alle Zutaten in der [Küchenmaschine](#) 12 Minuten kneten. In eine große Schüssel geben und wieder für mindestens 12 Std. in den Kühlschrank (5°) stellen.

Am Backtag den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und 60 Minuten akklimatisieren lassen. Dann den Teig gleichmäßig auf ca. 1 cm Dicke ausrollen und mit einer Tasse oder einem Dresserring runde Scheiben von ca. 8 cm ausstechen. Diese Scheiben mit einem Brett vorsichtig noch etwas flachdrücken, auf ein mit einer [Dauerbackfolie](#) ausgelegtes [Lochblech](#) legen und dort gegebenenfalls nochmals etwas flach drücken. Jetzt die Scheiben mit Wasser bestreichen und mit Sesamsaat bestreuen. Für mindestens 120 Minuten zur Gare stellen. Die Scheiben sollten schön aufgegangen sein. Jetzt abbacken bei 220° für 17-20 Minuten. Eventuell vor dem Einschießen mit Wasser besprühen, damit die Buns oben nicht

einreißen. Beim Einschießen einmal schwaden und nach 10 Minuten den Schwaden wieder ablassen.

---

-